



**Меню 30 июня 2026 г.
с заболеванием аллергия на молочную продукцию**
Стоимость питания в день (ясли) 170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша овсяная "Геркулес" безмолочная с маслом растительным	134	160,3	5,03	6,24	21,06
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	30	75	2,5	0,27	21
Завтрак 2					
Напиток из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	18	0,25	1,4	1,1
Щи из свежей капусты с картофелем (без сметаны)	150	62,1	2,5	3,19	5
Котлеты из рыбы "Аппетитные" с соусом	70	114,8	8,1	5,7	6,9
Каша рисовая рассыпчатая с растительным маслом	110	147,4	2,75	2,64	27,5
Чай с сахаром и лимоном	150	27	0,01	0,03	6,5
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	30	96	2,44	0,5	22
Полдник					
Каша "Дружба" без молока с маслом растительным	134	150,8	4,1	5,3	21,8
Чай с сахаром	150	18	0,1	0,02	4,6
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14

Повар бригадир

Медицинский работник

ООО "Общепит" г. Салавата

Детский сад № ____



Меню 30 июня 2026 г.
Стоимость питания в день (сад) 170

Наименование блюда	Выход (г)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1					
Каша овсяная "Геркулес" безмолочная с маслом растительным	155	185	5,8	7,2	24,3
Чай с сахаром	200	24	0,13	0,026	6,13
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	45	100	3,75	0,41	31,5
Завтрак 2					
Напиток из свежих плодов	150	43	0,1	0,1	10,3
Кондитерское изделие (печенье)	30	102,6	0,96	0,84	19,1
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	50	30	0,41	2,35	1,85
Щи из свежей капусты с картофелем (без сметаны)	180	75	3	3,82	6
Котлеты из рыбы "Аппетитные" с соусом	80	137,7	9,7	6,8	8,2
Каша рисовая рассыпчатая с растительным маслом	130	174,2	3,29	3,98	32,5
Чай с сахаром и лимоном	180	27	0,01	0,03	6,5
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14
Хлеб ржаной	40	114,7	3,25	0,7	29,33
Полдник					
Каша "Дружба" без молока с маслом растительным	155	174	4,7	6,1	25,1
Чай с сахаром	180	21,6	0,12	0,024	5,52
Хлеб пшеничный с вит-мин смесью "Валетек"	20	50	1,65	0,18	14

Повар бригадир

Медицинский работник